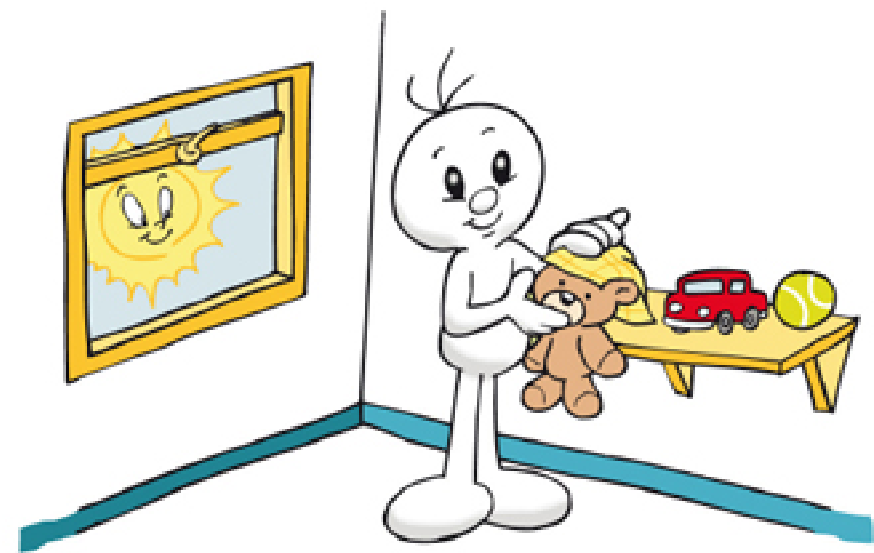
Un hogar seguro y saludable



SALUD

Mantén tu HOGAR saludable:

- Limpia con cualquier producto de limpieza: manijas, barandales y objetos de uso común como teléfonos y juguetes entre otros.
- Ventila las habitaciones, sin crear corrientes briscas de aire.
- Eviten fumar en casa.
- Permita la entrada del sol a su hogar, la luz ultravioleta ayuda a eliminar los microbios.



Ten a la mano

- **Comida** suficiente para tu familia y animales.
- Selecciona alimentos que no requieran refrigeración o preparación, como:
    - Comida enlatada: atún, frutas, verduras, frijoles, sopas y un abrelatas.
    - Leche en polvo (para niños).
    - Arroz, pasta, frijoles, harina de maíz y galletas.
- **Agua** para beber. Evita almacenarla en contenedores como cartones de leche, botellas de vidrio, cubetas o tinajas,
- **Artículos** de higiene personal:
    - Jabón, pañuelos desechables, papel de baño, pañales, entre otros.
- **Cuaderno** y lápiz para llevar el seguimiento.
- **Medicinas** para fiebre o dolor, como paracetamol.
- **Termómetro.**
- **Linterna** y baterías de repuesto.
- **Radio** portátil.
- **Dinero**.



El **HOGAR** es el lugar más SEGURO, porque ahí se reduce el contacto con personas enfermas y es más fácil asegurar que se cumplan las medidas higiénicas, convirtiéndolo en un entorno saludable para ti y tu familia.